

# 公司军训实用的心得体会和感悟(实用8篇)

军训心得是对自己军训期间所付出的努力和付出进行总结和概括的一篇文章，它能够帮助我们更好地认识到自己的长处和不足。这些学习心得范文是多年积累的经验之谈，值得所有学生借鉴和学习。

## 公司军训实用的心得体会和感悟篇一

在这个骄阳似火的八月，作为\_20\_年新入职员工，我们参加了入职培训，培训的第一项便是军训。入职前一听说有军训，便已经开始惆怅，初中、高中、本科入学的军训依然如噩梦般笼罩着。果然\_月\_日刚来到教培中心，仅一晚上的军训，便已经让我感受到军训的恐怖，十分钟的军姿就脚腕酸痛，脚掌麻木，第二天的训练更是小腿、大腿都变得酸软。尤其是每天早晨、午休后起床，腿软的都无法站立，每次都需要两三分钟才能站稳。时常在想，我们又不是真正的.军人，为什么要求如此严格，军姿必须两腿紧贴，正步必须踏响脚步，甚至齐步走也要使劲磕脚后跟。有时也会抱怨队友，因为他的错误使得训练一遍一遍的进行，更加重了疲劳。

随着军训的进行，我的态度有所转变。军训最基本的目的就是锻炼身体，身体是革命的本钱，没有好的身体，别说工作，以后可能正常生活都无法进行。军训便是在强化我们的身体素质，这给我们敲响了警钟，即使军训结束了，锻炼身体也依然迫在眉睫。

而军训给我最大的收获便是军人的纪律性，就像严守纪律歌中的歌词“服从命令是天职，条令条例要牢记。令必行，禁必止，自觉凝聚成战斗集体”。没有规矩不成方圆，不论在哪里，纪律都是生存的根本，尤其是在化工企业，必须要牢记条令条例，这不仅关系到自己、大家的安全，也关系到企

业的存亡。而在企业中，工作的进行需要一个团队甚至整个团体的团结协作，只有严守纪律，才会团结一心，才能凝聚成一个战斗集体，攻无不克，战无不胜。这就让我回想到军训中由于一个人的错误，所有人都要继续训练。确实如此，我们是一个团体，便需要共同进退，而想要取得成功，就必须每个人都尽全力。

\_月\_日的军训汇报演出是对我们军训成果的检验，虽然我们的表现并不完美，但这是我们整个集体共同努力的结果，作为我们坚持不懈、刻苦训练的回报，我们为自己感到自豪。汇报结束后向教官敬礼，我的眼泪便湿了眼眶，不仅仅是不舍，更多的是这次军训让我明白了很多，学会了很多。

军训只是一个开始，作为入职的起点，使我明白了，未来的道路并不容易。从入职的那一刻起我便不再是一个学生，我的肩上有了更多的责任，不论是对自己、家庭还是企业。想要成功，就必须有克服一切困难的决心，并且做到坚持不懈。

在此我要感谢的人有很多，感谢燕山石化给了我们这次机会；感谢姚部长、谢主任时刻关注着我们的训练；感谢教培中心的张老师、真老师全程陪伴着我们、关心着我们，为我们解决生活和训练中的各种问题；感谢两位教官，在训练的过程中比我们流了更多的汗，是他们让我们看到了一个真正军人的样子；也感谢各位战友，大家一起努力，相互帮助，度过了这段艰难却美好的时光。

## 公司军训实用的心得体会和感悟篇二

烈日烘着大地，我们的衣服湿了又干，干了又湿，留下一圈又一圈的痕迹。汗水沿着脸颊一滴又一滴地滑下，热气充斥着我们的鼻翼。军姿已站了三十分钟了吧，脚的刺痛感越来越清晰。别班的同学一个个地倒下了。倒下吧，那样就能好过点。然而，我怎么能倒下呢，都已坚持了那么久，现在倒了，以前的努力不就白费了，还是站着吧。我相信，我一定

能行。半途而废不可为，只有坚持才能赢得最后的胜利。因怕苦而倒下的人是懦夫，能吃苦而不怕累的人是勇士。作为一个健康的大学生，我跟我的同学都选择了后者，当勇士，力争坚持到底。结局，当然是大获全胜，赢得了教官与大家的认同及尊重。

## 二、学会同甘共苦

随着时间的流逝，我们渐渐地融合在一起，团结一致形成一个凝聚力极强的集体。军训的日子又苦又累，但斗志高昂的我们从不妥协地勇闯。慢慢地，我们学会了分享，分享水分的甘美；分享身边发生的趣事；分享节日的快乐；分担别人的忧愁，分担他人的烦恼；分担思乡的感慨，不再当墙角中的小花默默地孤芳自赏，而是当伸出双手拥抱阳光的向日葵，不畏风雨，追求着理想。

一声又一声的“报告”，提醒着我们已长大成人，要负起自己应负的责任，做事要光明磊落，做人要活得洒脱，事事有家人护着的日子是我们都回不去的从前。自强不息，我们才能走好自我的路。

## 三、一分耕耘，一分收获

今天是军训的第11天，随着一声“齐步走”的口令，我与队友们整齐地一步又一步向前走。我们都高昂着头，目光直视前方，英姿飒爽，不用看地，我们都知道，我们走得很好。听着一声“稍息”，我们都被选入方队了，真的是一分耕耘一分收获。若无教官的严厉与悉心的教导，哪有我们今天被选中的荣耀，若无自己的努力与永不言败的意志，又哪来今日的成绩。时间会流逝，然而我们会用热情换回时间，让年轻的心永不改变，今天我们献出的是青春与汗水，他日我们所收获的将是累累的硕果。我相信，有心人，天不负。只要肯干，总有出头的日子。

坚强的人敞开。

## 公司军训实用的心得体会和感悟篇三

冬去春来，万物在赶走严冬之后，欣然地开始了新生。在这蓬勃的生命气息中，我开始了我的大学新生军训。

我们在晨风中晨训，在阳光与细雨中操练，一天下来就一个字“累”，没有了往昔的清闲与散漫，一切都是那么的整齐与充满纪律。开始之时，我的情绪中充满了不适应，可是后来，慢慢地我，我发现自己在不知不觉之中融入了角色，适应了军训的生活，并从中明白了军训的意义。

我想，军训不仅是要培养我们的纪律意识，也在于教导我们用汗水洗去怯懦，用坚强冲走软弱，使身体变得结实，使心灵变得刚强。为这样，在以后的人生中，即使我们面对风雨，面对泥泞不堪的道路，也能心生坚毅，直面人生的磨砺。只有在磨练之后，挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加坚强。我们放下那一份伤感，小心翼翼地拾起断续的梦，带着虔诚的信念和不移的决心，在大学中积极进取，在生活上，勇往直前。

军训的日子就像风雨过后的泥土，经过了无数次的洗刷，最终会沉淀下去，直至融入我生命的最底层。

## 公司军训实用的心得体会和感悟篇四

随着教官们的身影在我的眼里渐渐远去，为期10天的军训结束了，但结束并不意味着句号，而是大学生活中的起始符，军训感想。西下的落日，远离的车鸣，心里闪过一丝明悟：我的生活才刚刚开始，努力的日子还很长，路漫漫其修远兮，吾将上下兮而求索。

回想起过去几天，灼热的大地，火辣的阳光，汗流浹背的学

生，构成了一道具有军训特征的吃苦风景线，偌大的操场在阳光下一点一点的融化，缩小，四周的空气在高温下翻滚扭曲我眼前的世界。飞舞的蝇虫，流淌的汗水，酸痛的四肢，我并不在乎它们在我的身上留下了什么，在乎的是从中学我到了什么，学会了什么。享乐不是时尚!而是腐朽身心的毒药!这句以前一直都不怎么明白的话，到了今天我才了解其中的意义：所有的成功都需要用汗水和毅力去交换，辛苦在打磨我身体的同时，给我留下了坚强的意志，强壮的体魄，雷厉风行的作风，和敢于战胜困难的勇气!我感觉军训已把我们这一群十八十九岁的人锻炼成了真正的大学生，让我在训练中体会到了汗水是付出努力的证明，明白了真正的快乐是努力得到回报的结晶，以及让我学会了怎样独立，怎样面对生活，挑战困难，怎样去承担那份自己原有的平凡而又艰巨的责任。记得才训练了三天的时候，平日拖拖拉拉的我早已疲惫不堪。刚学立正时，我就疑惑，为什么体育课中要常做的动作，早已会的动作，教官要如此仔细地讲解，为什么一个左转一个右转要教官如此煞费苦心地带我们练习，实践出真知，10天的军训就让我明白，小小一个立正所包涵的丰富，几个转身所容纳的深意。站军姿，要的是挺直你那有着不屈脊梁的身体，其坚毅的姿态代表了龙之传人无穷的毅力。练方阵，没有每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都包含着集体那团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，正如古人所说的：积土成山，风雨兴焉，积水成渊，蛟龙生焉，积善成德，而神明自得，圣心备焉。每一个人的力量或许微不足道，但集结在一起却是惊天动地。而且军训也教会了我超出这以外的东西。那就是认真对待自己的错误。也许生命中的美丽也就在于袒露自己的错误。那是一种真实的美。不刻意隐瞒什么，不对就是不对。而在这种自然中流露的那种质朴是任何东西也粉饰不来的。在这紧张而又愉快的训练中亲身体会，在严格而又平易近人的教官的谆谆教诲下，所学会的这些东西，我想，我终身受用不尽了。

其实军训也并非是人人心目中的魔鬼训练、灰色的咏叹调。

紧张忙碌的军训之余，我感受军歌的嘹亮，尤其是其恢弘豪迈的气势，震撼着我的内心。拉歌时大家围坐一团的亲热劲儿以及互相争论的不服输劲儿。而这些都是我们平日中未曾感受到的。大家齐声喊出了当兵人的心声，并与之不可遏制地引起了强烈的共鸣。所有这些都是我们人生道路中难得一次的奇遇，定会铭刻于心。

白驹过隙，时光像一条潺潺流淌的小河，在默默间悄然逝去，军训生活的句号已成了过去。回首丰富多彩的军训生活，我更多的还是感慨：忆往昔，数风流人物，还在今朝。

军训是对我身体的考验，锻炼和提升。在军训中，有人退场也不放松，有人倒下也不放弃。大家都不愿再当高中生活里的两脚书柜，这次军训就给了我们最好的证明机会。10天的军训是漫长也是简短的。说漫长，因为苦和累。说简短，因为我们有信心，有能力去克服它。现在我可以自豪的说，我做到了！这是对一切苦和累最和的回报□finale因为是应付老师，写的是军训完后的感想。其实我们现在还没军训完！

## 公司军训实用的心得体会和感悟篇五

军训，我现在一听见这个名词我就全身打颤，两腿发软！

军训前一晚上怎地也睡不着觉，在床上翻来覆去，想着：‘军训晚上在宿舍同学们一起睡觉肯定很有趣，真希望黎明赶快到来！’

因为是几年前的事情，所以期间忘了许多细节(详细的在初中军训)……4天过去了，第五天就能走了，我们也都全身软塌塌的坐在棚子底下无一笑意，来了一波新同学军训，我们全身无力的看着他们，他们用歧视的眼神看着我们，我们也不觉得奇怪，因为我们当时也是这样看原来的人的，我们也不生气，因为我们知道，他们的一不了多久，他们最终也得像我们这样……5天过去了，我们高兴的不得了哇，拼命冲上车

回家……心想“以后再也不来了”

## 公司军训实用的心得体会和感悟篇六

我们背起行囊，远离家乡，告别父母，奔向远方。骄阳下的军训，大学生生活最终如此真实地站在了我们的面前。过去的一切，无论好的坏的都成了风景，在身后渐渐缩成了一个点。

本以为初来乍到的我会感到陌生和各种不适应，但在军训中来自远处各地的朋友却让我莫名生出一丝暖意，大家都说着彼此不一样的方言，谈论着家乡的风俗人情，这样稚嫩而又淳朴的感觉每每让人陶醉其中，一种归属感迎面扑来，这是我们的团体，那里有属于我们的青春。

当我们穿上军装，深觉自身多了一份职责感。

白昼，口号声时不时还回响在耳边，仿佛从未停歇。瞧，是哪连的士兵依旧目视前方；听，是哪连的口号声在空中回荡，他们在风中英姿飒爽，展现了华外的光芒，不畏烈日，不惧骄阳。

当夕阳余晖渐起，我们深知一天的军训时光将以最欢乐唯美的方式收场，我们围团簇拥，当繁灯打碎漆黑的夜、当歌声放逐到天界，嘹亮的声音，在耳边咆哮、在空中嘶吼，我们卸下白昼的疲惫，留下每个人的放肆和骄傲，那里是属于我们的青春。

此时，距离军训还有军训结束还有13天，而我并不期盼日子的溜走，反而更期望时光在手的缝隙中穿梭，一分一秒，让我慢慢感受，那些和同学、教官一齐度过的时光，那些日子如蜜糖也如纯黑的巧克力香浓淳朴，使人反复咀嚼只为品尝其滋味。

再回首，我不会忘记那时军训的时光，不会忘记我们背起行囊，一心历练自我的模样，不会再去抱怨那些风雨与骄阳，而恰巧是这些促成了我们的成长。

最终，每个不曾起舞的日子，都是对生命的一种辜负。

## 公司军训实用的心得体会和感悟篇七

转眼间，期待已久的五天军训就在今天结束了。在教官的指导下，我们的努力下，我们成功了。可响亮的口号依然在心中回荡，教官的身影依然回映在我们的脑海中。虽然军训已成回忆，但那至少是个美丽的回忆。回想…军训的第一天，教官们穿着朴实的军装，喊着嘹亮的口号迈着整齐的步伐向主席台走进时，我突然间感到军人的那种严谨和庄严，我的心中充满了羡慕，那是希望自己是一名军人。每当训练后，我发现军人的含义并不简单，仅仅简单的立正、稍息、向左右转等基本动作。

在军训中要求严格，想做到完美是一种不容易的事，每个动作都要注意细节，才能成功完成。我们之中大部分都是90后，都是父母的心肝宝贝，生活中很少吃过苦，而且身上有很多不好的习惯。教官教会了我们严于律己，不怕困难，要勇于挑战自己。教官很辛苦，喊了一天下来，嗓子都哑了，由于我们动作的不规范，教官必须一点点的给我们做示范，他的指导更给我们指明了方向。在军训的这几天里，首先给我的感觉就是一个字“累”。

也许这是许多同学的共同感受，但现在回想…在累的背后，又有多少有意义的事在等我去发掘，军训让我体会到了什么叫“坚持就是胜利”。在训练场上，我们顶着微微的烈日在苦练，勤练步伐，同学们严肃的做着各种动作。那种认真的态度深深地感动了我们自己。我们都说态度决定一切，军训使我们认真的做事。我们从无组织无纪律的毛孩突然间成



长为略显成熟且有组织有纪律的初中生。军训也给我们带来了无穷的乐趣，每当我们班对班唱军歌的时候，那种不甘示弱的精神，无不激荡在每个人的心中，教官们风趣的拉歌使我们感受到了快乐。军训不仅仅是简单的队列训练，还有军事理论、歌咏等，理论课讲述着军事家的战略思想，这都是我们知识上的空白。军训让我们磨练出了白杨般的坚毅，不再只顾着自己。军训告诉我们什么是团结，什么是纪律。班与班之间的比赛更增进了班级之间的感情，累与苦成了我们军训期间的代名词，军训虽然累，但那是我们用汗水和欢笑谱写的乐趣。是我们初中生活的闪光点，更是我们永远值得回味和追忆的日子。它把军人的气质悄悄的刻进了我们的骨髓，融入我们的灵魂，它已在我们的心中默默的生根了。不经历风雨怎能见彩虹，没有苦寒怎能得梅香。在这次军训中我学到知识，训练中受到教育，磨练了我的意志，锻炼了我的身体，提高了我军事素质。军训让我更有勇气面对社会，承受压力。燃烧的永远是热血，不朽的永远是信念。

初中三年，我会用军事精神去度过各种困难，用梦想创造可能，用理想浇灌希望，用知识报效祖国，用严谨创造辉煌。

## 公司军训实用的心得体会和感悟篇八

军训，是苦，是累的代名词。每每当人提起，我总以为军训会很累很苦，会被折磨得痛不欲生。可是，经过那为期五天的军训后，我才明白了军训是什么。

在这为期五天的军训生活中，教官们严肃的神情，严厉的话语，无时无刻不在提醒着我们，服从命令是天职，令必行，禁必止。教官让我们知道什么事该做，什么事不该做，让我们知道什么是纪律，什么是服从。

我终于明白了，军训是苦是累，但它更是收获，甚至是挑战自我的一个舞台。在那五天中，我们是累过，疼过，苦过，但是我们知道现在的苦是为了以后的甜，为了成就梦想的果实而播种，耕耘，再苦心也不苦，再累心也舒坦。不经历风雨怎么见彩虹加油吧，我将在人生的舞台上，演绎自我的一番精彩！

如果说人生的是一本书，那么军训便是书中最美丽的彩页；如果说人生是一台戏，那么军训便是戏中最精彩的一幕。的确，几天的军训生活是短暂的，但它给我们留下的美好回忆确实是永恒的。

其实我觉得军训几天，我们学到的不仅是站军姿，走正步，练队形。军训更是在培养我们的一种意识，一种吃苦的意识，一种坚持的意识，一种团结的意识，一种遵守纪律的意识！其实这些已经太多太多，足以让我们受用一生了。

有一位哲人说过：无法回味的感觉，才是最美妙的感觉。对于军训，有些感受真的不能言传，只能在淙淙的意会中回味。

军训，对于每个人，都别有一番滋味在心头。对我而言，军训，在某种程度上，已经超越了它本身意义，成为了一种宝贵的难得的经历，写进我的记忆里；成为一种力量，一种在困难时的动力，支撑着人生旅途的各种风风雨雨。